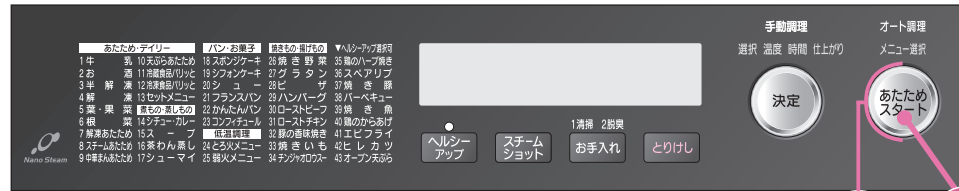
# オート調理 予熱なしメニューで調理する

## オート調理(あたため・デイリー、煮もの・蒸しもの、パン・お菓子、低温調理、焼きもの・揚げもの)

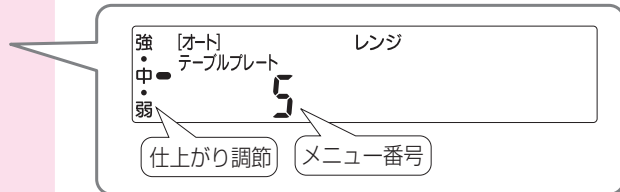
お知らせ ドアを開けると電源が入ります。

**準備** 食品とメニューにあった付属品を入れ、ドアを閉める ➔P.20、21

**1**

を回し 希望のメニュー番号を選択する

を回し 希望の仕上がりに調節する

**2**

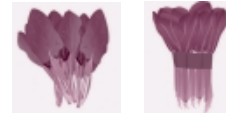
を押す

**終了音が鳴ったら食品を取り出す。**

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

## 5葉・果菜 6根菜 のコツ

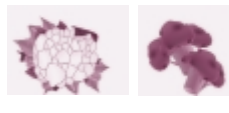
加熱する分量は 5葉・果菜 で100～500g 6根菜 で100～1000gです。

5 葉・果菜

葉菜

ほうれん草、小松菜など葉が食べられるもの

果菜

なす、かぼちゃなど果実や種子が食べられるもの

花菜

カリフラワー、ブロッコリーなど花弁やつぼみが食べられるもの

6 根　菜

根菜

じゃがいも、さつまいもなど地下部にある根茎や根が食べられるもの

### ⚠注意

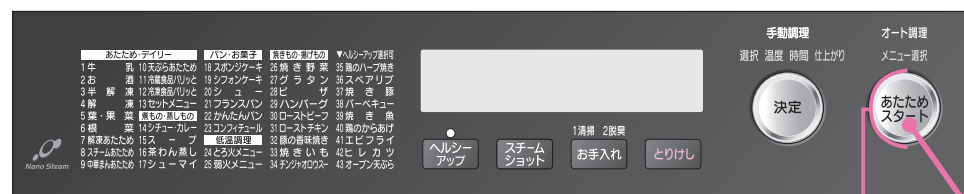
(火災の原因)
**分量が100g未満のときはオート調理で加熱しない。**
レンジ 500W で様子を見ながら加熱します。
➔P.34

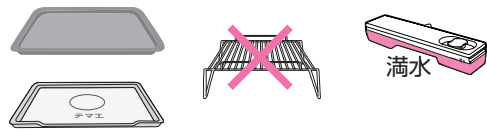
**ラップで包みテーブルプレートの中央に直接にのせて**

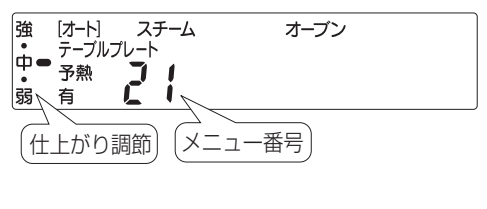
丸のままのじゃがいもなど複数個を加熱するときは、中央を開けてラップに包んで加熱します。

# オート調理 予熱ありメニューで調理する

## オート調理(20シュー、21フランスパン)

お知らせ ドアを開けると電源が入ります。

1 2 3

**準備** テーブルプレートを加熱室底面にセットしてドアを閉める

**1**  を回し 希望のメニュー番号を選択する

 を回し 希望の仕上がりに調節する

**2** オート調理 メニュー選択 あたため スタート を押す

予熱終了音が鳴り予熱が終わったらドアを開けて食品をのせた黒皿を**中段**に入れます。

**3**  を押す

終了音が鳴ったら食品を取り出す。

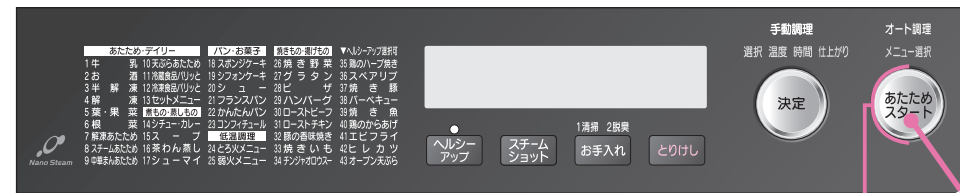
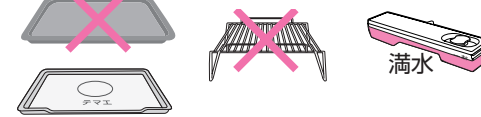
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

※使用後、給水タンクを空にします。



# オート調理 予熱ありメニューで調理する

## オート調理(26焼き野菜)

お知らせ ドアを開けると電源が入ります。

1 2 3

**準備** 空のテーブルプレートを**上段**に入れ、ドアを閉める

**1**  を回し 希望のメニュー番号を選択する

 を回し 希望の仕上がりに調節する

**2** オート調理 メニュー選択 あたため スタート を押す

予熱終了音が鳴り予熱が終わったらドアを開けてテーブルプレートに食品をのせ、**上段**にセットします。

**3**  を押す

終了音が鳴ったら食品を取り出す

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

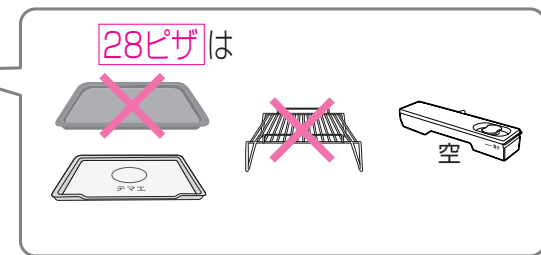
### ⚠注意

テーブルプレートの出し入れは、やけどの恐れがあるので、厚めの乾いたふきんやお手持ちのオーブン用手袋を使う。

- 取り出したテーブルプレートは、熱に弱い場所には置かないでください。開いたドアの上に置きます。
- 子供や幼児が触れないように気をつけてください。
- 破れたオーブン用手袋や水にぬれたふきんは使わないでください。

# オート調理 予熱ありメニューで調理する

## オート調理（28ピザ）

お知らせ ドアを開けると電源が入ります。

①②③

準備 空のテーブルプレートを上段に入れ、ドアを閉める

28ピザは

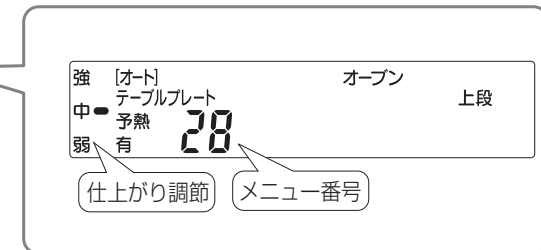
空

1 オート調理 メニュー選択 あたためスタート を回し 希望のメニュー番号を選択する

手動調理 選択 温度 時間 仕上がり 決定 を回し 希望の仕上がりに調節する

強 [オート] テーブルプレート オーブン 上段 中 予熱 有 弱 28

仕上がり調節　メニュー番号

2 オート調理 メニュー選択 あたためスタート を押す

予熱終了音が鳴り予熱が終わったらドアを開けてテーブルプレートに食品をのせ、上段に入れます。

3 オート調理 メニュー選択 あたためスタート を押す

終了音が鳴ったら食品を取り出す
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

### ⚠注意

テーブルプレートの出し入れは、やけどの恐れがあるので、厚めの乾いたふきんやお手持ちのオーブン用手袋を使う。

- 取り出したテーブルプレートは、熱に弱い場所には置かないでください。開いたドアの上に置きます。
- 子供や幼児が触れないように気をつけてください。
- 破れたオーブン用手袋や水にぬれたふきんは使わないでください。



# オート調理 ヘルシーアップで調理する

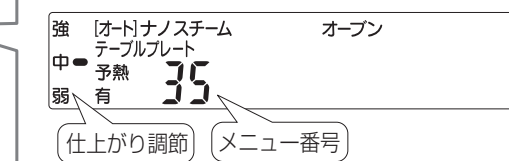
## ヘルシーアップ（35鶏のハーブ焼き～43オーブン天ぷら）

お知らせ ドアを開けると電源が入ります。

①　②③④

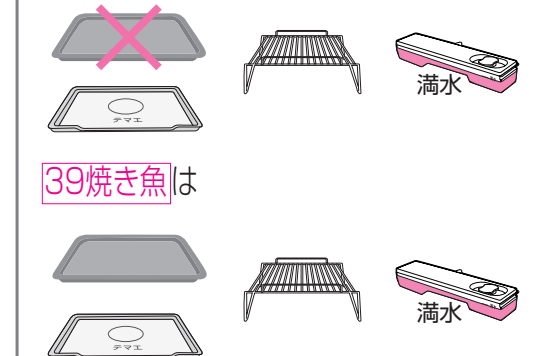
準備 テーブルプレートを加熱室底面にセットしてドアを閉める

1 ヘルシーアップ を押す

2 オート調理 メニュー選択 あたためスタート を回し 希望のメニュー番号を選択する

手動調理 選択 温度 時間 仕上がり 決定 を回し 希望の仕上がりに調節する

3 オート調理 メニュー選択 あたためスタート を押す

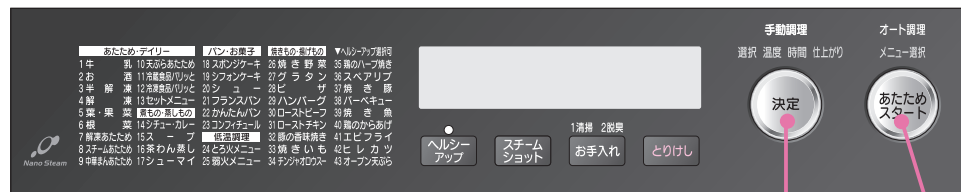
予熱終了音が鳴り予熱が終わったらドアを開けて食品をのせた付属品を入れます。

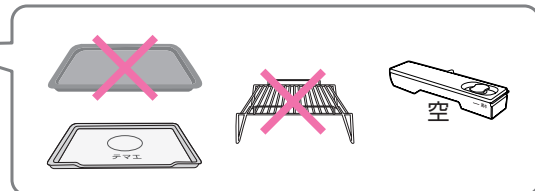
4 オート調理 メニュー選択 あたためスタート を押す

終了音が鳴ったら食品を取り出す。
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

※使用後、給水タンクを空にします。

# 手動調理　レンジを使う

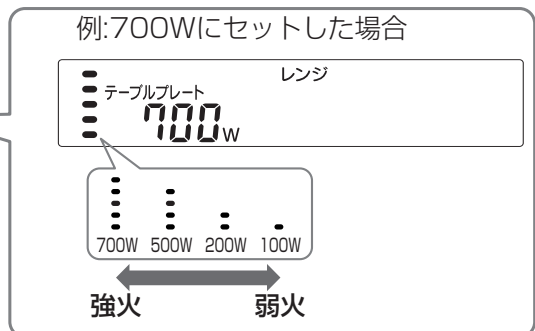
## 食品を一定のワット数で加熱する

700W 500W 200W 100Wの操作方法を説明しています。レンジスチーム発酵の操作方法は ➔P.44 を参照してください。

お知らせ　ドアを開けると電源が入ります。

**準備**　食品を入れた容器や皿をテーブルプレートの中央に置き、ドアを閉める

**1**　「レンジ」を選択し、決定する

加熱方法選択
「レンジ」▶「オーブン」▶「グリル」▶「スチームレンジ」▶「スチームオーブン」▶「スチームグリル」▶「ナノスチームオーブン」▶「ナノスチームグリル」▶「レンジ」の順に表示します。

**2**　出力(W)を選び、決定する

ワット数選択(始めは500Wが表示されます。)
100W◀▶200W◀▶500W◀▶700W

**3**　加熱時間をセットし、スタートする

700W 500Wは10秒～5分まで 10秒単位、5分～20分まで 30秒単位
200W 100Wは1分～30分まで　1分単位、30分～60分まで2分単位、60分～90分まで5分単位、で設定できます。

例:1分20秒にセットした場合

レンジ加熱では加熱できません。
(破裂のおそれ)

生卵　ゆで卵　黄身や目玉焼き
(※生卵を加熱する場合は、ときほぐしてから加熱する。)

**4**

を押す

終了音が鳴ったら食品を取り出す。
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終わります。

## 加熱時間の決めかた

**●同じ分量でも食品の種類(材質)によって調理時間も違います。**
食品100g当たり レンジ 700W の加熱時間の目安

| 食品の種類 | 生からの調理 | あたため | 食品の種類 | 生からの調理 | あたため |
|---|---|---|---|---|---|
| 野菜類 葉・果菜類 | 1分～1分30秒 | 50秒～1分 | めん類 | ——— | 50秒～1分 |
| 野菜類 根菜 | 1分30秒～1分50秒 | 50秒～1分 | 汁もの(みそ汁・スープなど) | ——— | 1分30秒～1分50秒 |
| 魚介類 | 1分30秒～1分50秒 | 50秒～1分 | 飲みもの(酒・牛乳など) | ——— | 30～50秒 |
| 肉類 | 1分50秒～2分20秒 | 1分～1分20秒 | パン・まんじゅう | ——— | 20～40秒 |
| ごはん類 | ——— | 30～50秒 | ケーキ | 50秒～1分 | ——— |

※ レンジ 500W で加熱する場合は、約1.2倍の加熱時間にします。(標準温度20℃のとき)

**●食品の分量にほぼ比例します**
分量が倍になれば時間も倍、半分になれば時間も半分になります。

**●加熱前の食品温度によっても違います**
同じ食品でも、冷蔵室や冷凍室から出して使う場合は、加熱時間がかかります。
標準温度(20℃のとき)に対して、冷蔵は約1.3倍、冷凍は約2.3倍が目安です。
また夏と冬で多少加熱時間が違います。

**●使う容器によっても違います**
容器の材質や大きさ、形状によっても加熱時間は多少違ってきます。

**●少量の食品(100g未満)を加熱する場合**
レンジ500Wで加熱時間を20～50秒に設定し、様子を見ながら加熱します。特に小さく切ったにんじんなど野菜が少量(100g未満)のときに乾燥したり、火花が出て焦げたりすることがあります。水を多めにふりかけてラップに包むか皿などに広げ、浸るくらいの水を入れてラップでおおい、加熱します。

## 下準備をする　はじけや飛び散りをふせぎます。

**●イカやタコは表面に切れ目を入れる**
※レンジ200Wで加熱時間をひかえめにします。

**●殻付きの栗やぎんなん**

※切れ目や割れ目を入れておおいをして加熱します。

**●マッシュルームは半分に切る**

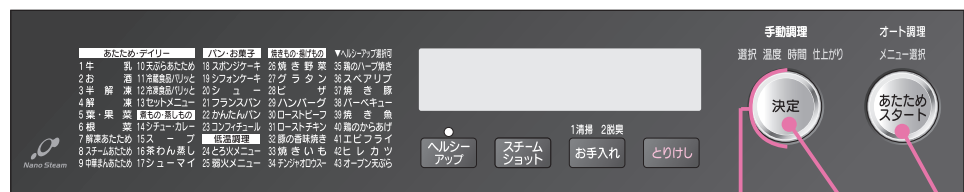
**●ひじき**
※レンジ200Wで加熱時間をひかえめにします。

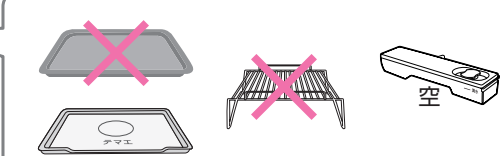
**●さいの目野菜(にんじんなど)**
※100g以上にするか、水をふりかけ、ラップをしてレンジ500Wで加熱します。

**●とろみのあるものなどはおおいをして加熱前と加熱後にかき混ぜる**

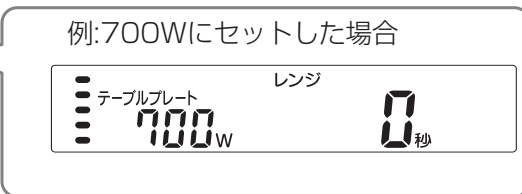
# 手動調理　レンジを使う

## レンジ「700W」、「500W」を簡単操作で加熱する

700W 500W の操作方法を説明しています。レンジスチーム発酵の操作方法は➔P.46 を参照してください。

お知らせ　ドアを開けると電源が入ります。

**準備**　食品を入れた容器や皿をテーブルプレートの中央に置き、ドアを閉める

**1**　「700W」、「500W」を選択し、決定する(押し替え)

押す

出力選択
「700W」▶「500W」▶「700W」の順に表示します。

例:700Wにセットした場合

**2**　加熱時間をセットし、スタートする

700W 500W は10秒～5分まで 10秒単位、5分～20分まで 30秒単位
200W 100W は1分～30分まで 1分単位、30分～60分まで2分単位、60分～90分まで5分単位、で設定できます。

例:1分20秒にセットした場合

**3**　あたためスタート を押す

**終了音が鳴ったら食品を取り出す。**
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

※簡単操作でレンジ「700W」「500W」をセットした場合はリレー加熱は設定できません。

### ⚠注意

レンジ加熱では加熱できません。
(破裂のおそれ)

生卵

ゆで卵

黄身や目玉焼き

(※生卵を加熱する場合は、ときほぐしてから加熱する。)



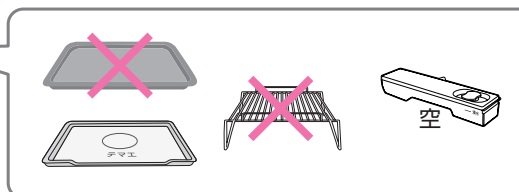
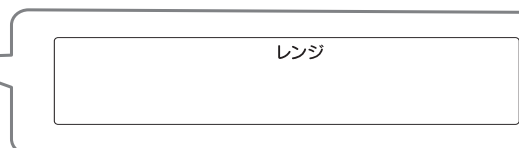
# 手動調理　レンジを使う

## 加熱途中でワット数を自動的に切り替える(リレー加熱)

お知らせ　ドアを開けると電源が入ります。

**準備**　食品を入れた容器や皿をテーブルプレートの中央に置き、ドアを閉める

**1**　「レンジ」を選択し、決定する

押す

**2**　「700W」または「500W」を選択し、決定する

押す

例:700Wにセットした場合

**3**　加熱時間を設定し、決定する

押す

10秒～5分まで10秒単位、
5分～20分まで30秒単位で
設定できます。

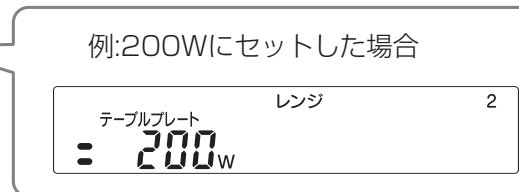
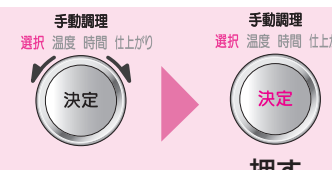
例:7分にセットした場合

**4**　もう一度決定を押す

押す

**5**　「200W」または「100W」を選択し、決定する

押す

例:200Wにセットした場合

**6**　加熱時間をセットし、スタートする

押す

1～30分まで1分単位、
30～60分まで2分単位、
60～90分まで5分単位で設定できます。

例:30分にセットした場合

**終了音が鳴ったら食品を取り出す。**
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

# 手動調理 オーブンを使う

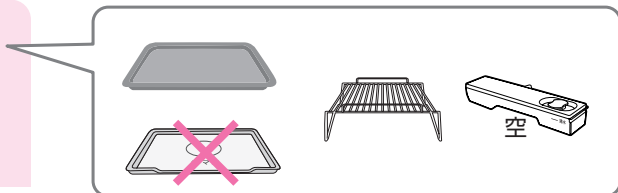
## 予熱ありの使いかた(黒皿1段/2段)

お知らせ ドアを開けると電源が入ります。

**準備** テーブルプレートを取りはずし
**食品をのせた付属品を用意する**
※食品に合わせて付属品(黒皿、焼網)を使い分けます。

空

**1** 「オーブン」を選択し、決定する

押す

オーブン

加熱方法選択
「レンジ」▶「オーブン」▶「グリル」▶「スチームレンジ」▶「スチームオーブン」▶「スチームグリル」▶「ナノスチームオーブン」▶「ナノスチームグリル」▶「レンジ」の順に表示します。

**2** 予熱「有・無」を選択し、決定する

押す

例:予熱「有」をセットした場合
オーブン
予熱
有

予熱「有・無」選択
予熱「有」◀ ▶予熱「無」で表示します。

**3** 「1段・2段」を選択し、決定する

押す

例:2段にセットした場合
オーブン 2段
予熱
有

「2段・1段」選択
「2段」◀ ▶「1段」で表示します。

例:200℃にセットした場合
オーブン 2段
予熱 有 200℃ 0秒

**4** 温度を選択し、決定する

押す

100℃～250℃(10℃間隔)・300℃まで設定できます。



**5** 加熱時間をセットし、スタートする

（予熱を開始します）

例:30分にセットした場合
オーブン 2段
予熱 有 200℃ 30分

1～30分まで1分単位、30～60分まで2分単位、60～90分まで5分単位で設定できます。

予熱終了音が鳴り予熱が終ったらドアを開けて食品をのせた付属品を入れます。

■予熱が終ってそのままにしておくと、2分間予熱を継続した後、設定した時間を加熱します。

**6**

を押す

**終了音が鳴ったら食品を取り出す。**
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

300℃の運転時間は約5分です。その後は自動的に250℃に切り替わります。

### 加熱のポイント

**食品の焼き色を調節するため、加熱途中で温度と加熱時間を変えることができます。**
■手動調理ダイヤルの「決定」を押すと「温度」と「時間」の文字が交互に点灯します。
■温度を変えるときは「温度」の文字が点灯している状態で手動調理ダイヤルを回すと10℃単位で増減できます。
■加熱時間を変えるときは「時間」の文字が点灯している状態で手動調理ダイヤルを回すと、1分単位で増減できます。
（予熱中は、加熱時間を変更できません。変更する場合は予熱が終わってから加熱時間を変更します。）
但し、最大加熱時間(90分)を設定した場合、加熱時間を追加することはできません。また、残時間表示が1分未満となった場合は加熱時間を減少することはできません。

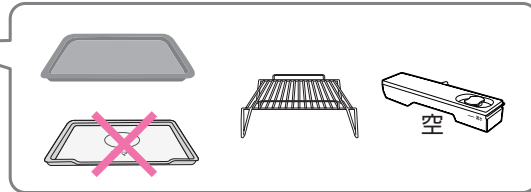
**黒皿(1段/2段)は、オーブンの火力を調節します。**
2段は強火に、1段は弱火に調節します。通常は2段調理のときは2段にセットし、1段調理は1段にセットします。

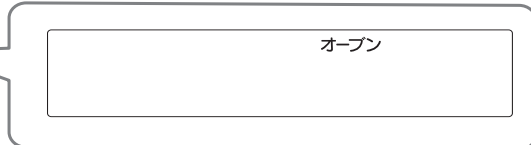
**追加加熱などで予熱が不要なとき**
予熱なしの使いかた ➔P.40 の方法で行います。

# 手動調理　オーブンを使う

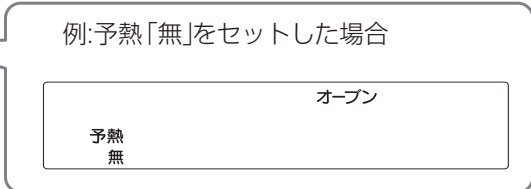
## 予熱なしの使いかた(黒皿1段/2段)

お知らせ　ドアを開けると電源が入ります。

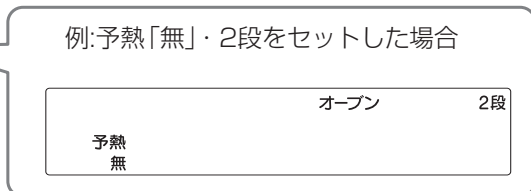
**準備**　テーブルプレートを取りはずし
**食品をのせた付属品を用意する**
※食品に合わせて付属品(黒皿、焼網)を使い分けます。



**1**　「オーブン」を選択し、決定する



**2**　予熱「有・無」を選択し、決定する

予熱「有・無」選択
予熱「有」◀ ▶予熱「無」で表示します。



**3**　「2段・1段」を選択し、決定する

「2段・1段」選択
「2段」◀ ▶「1段」で表示します。



**4**　温度を選択し、決定する

100℃〜250℃(10℃間隔)まで設定できます。



**5**　加熱時間をセットし、スタートする

1〜30分まで1分単位、30〜60分まで2分単位、
60〜90分まで5分単位で設定できます。



**終了音が鳴ったら食品を取り出す。**
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

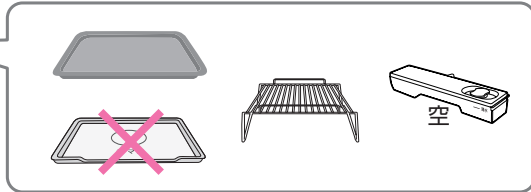
### 加熱のポイント

食品の焼き色を調節するため、加熱途中で温度と加熱時間を変えることができます。➔P.39

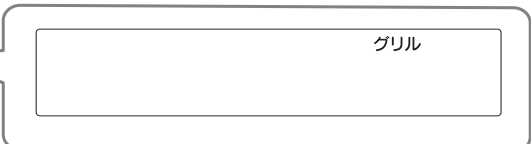
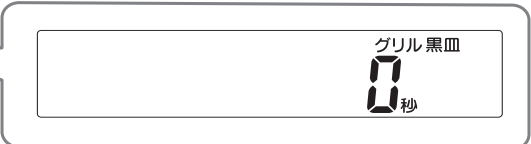


# 手動調理　グリルを使う

## さばの塩焼きなど表面に焦げ目をつける調理

お知らせ　ドアを開けると電源が入ります。

**準備**　テーブルプレートを取りはずし
**食品をのせた付属品を用意する**
※食品に合わせて付属品(黒皿、焼網)を使い分けます。



**1**　「グリル」を選択し、決定する

加熱方法選択
「レンジ」▶「オーブン」▶「グリル」▶「スチームレンジ」▶「スチームオーブン」▶「スチームグリル」▶「ナノスチームオーブン」▶「ナノスチームグリル」▶「レンジ」の順に表示します。



**2**　加熱時間をセットし、スタートする

1分〜30分まで 1分単位、
30分〜40分まで2分単位で設定できます。

**終了音が鳴ったら食品を取り出す。**
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

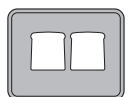
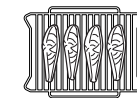
※ 40分以上のときは残り時間を追加加熱してください。

### グリルの上手な使いかた

**黒皿と焼網を使い分けて**
魚は黒皿にのせた焼網に並べて、下段に入れて焼きます。
トーストは黒皿に直接のせて上段に入れて焼きます。

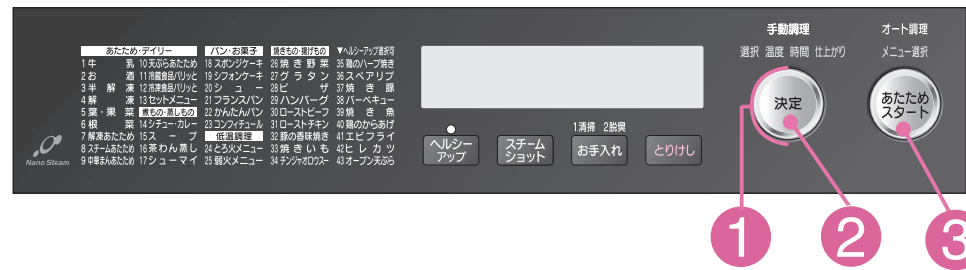
**途中で裏返しをしてさらに焼く**
片面を焼いてから裏返して、さらに焼きます。魚などは盛り付けたとき上になる方を下にして並べて焼き、途中裏返してさらに焼きます。

**並べかたは**
魚や肉類は焼網に並べます。

トーストは黒皿にのせます。

**食品の焼き色を調節するため、加熱途中で加熱時間を変えることができます。**
■ グリル　加熱中に、加熱時間を変えるときは、手動調理ダイヤルを回すと、1分単位で増減できます。
但し、最大加熱時間(40分)を設定した場合、加熱時間を追加することはできません。また、残時間表示が1分未満となった場合は加熱時間を減少することはできません。

※トーストは時間がかかります。焼きもち、丸身の魚は焼けません。

# 手動調理　スチームを使う

## スチーム・ナノスチームとレンジ・グリル・オーブンの組み合わせ

お知らせ　ドアを開けると電源が入ります。

**準備**　食品と加熱に合わせ、付属品を入れ、給水タンクに水を入れる

スチームとレンジの組み合わせの場合

満水

スチームとグリル、ナノスチームとグリル、スチームとオーブン、ナノスチームとオーブンの組み合わせの場合

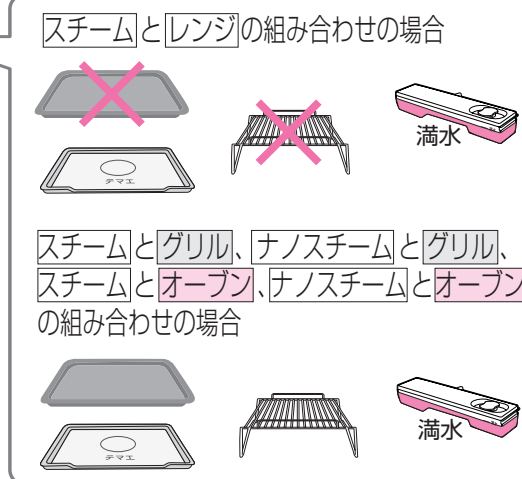
満水

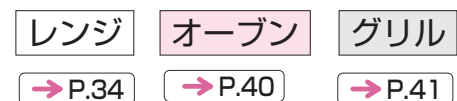
**1**　希望の加熱方法を選択し、決定する

押す

加熱方法選択
「レンジ」▶「オーブン」▶「グリル」▶「スチームレンジ」▶「スチームオーブン」▶「スチームグリル」▶「ナノスチームオーブン」▶「ナノスチームグリル」▶「レンジ」の順に表示します。

**2**　加熱時間をセットし、スタートする

スチーム・レンジ……最大20分
スチーム/ナノスチーム・グリル……最大40分
スチーム・オーブン……最大90分
ナノスチーム・オーブン……最大40分
まで設定できます。

■操作の手順の詳細は下のページを参照します。

| レンジ | オーブン | グリル |
|---|---|---|
| ➔P.34 | ➔P.40 | ➔P.41 |

**3**　あたためスタート を押す

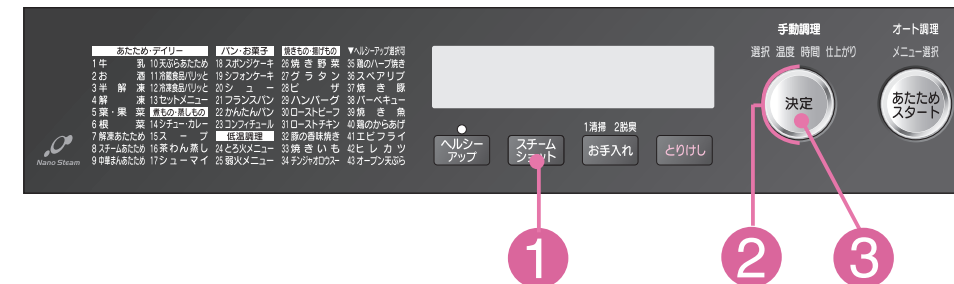
※スチーム、ナノスチームを使う場合、テーブルプレートは加熱室底面にセットします。

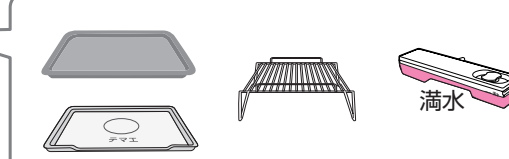
**終了音が鳴ったら食品を取り出す。**
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終わります。

※使用後、給水タンクを空にします。



# 手動調理　スチームショットを使う

## グリル・オーブン調理中にスチームを入れる

スチームショットを行う場合はテーブルプレートを加熱室底面にセットします。

満水

**1**　「グリル」、または「オーブン」調理中にスチームを入れたいタイミングで スチームショット を押す

**2**　加熱時間をセットする

●手動調理ダイヤルを回すと 3分 ◀▶ 2分 ◀▶ 1分 ◀▶ 0秒 とセットできます。
（始めに2分が表示されます。）

例：オーブン調理中にスチームショットを2分に設定した場合
スチーム　オーブン　黒皿 2段
200℃　2分00秒

**3**　決定 を押す

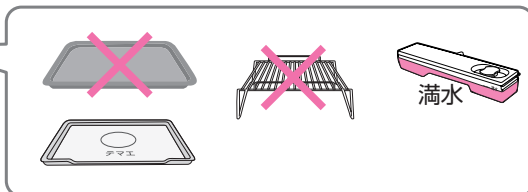
※ 約 20秒以上「決定」を押さない場合はスチームショットは設定されません。
※ スチームショットは調理中に何度でも設定できますが、スチームショットを入れるとヒーターが停止するので、仕上がりに影響が出ることがあります。
●オーブン予熱中にスチームショットは使用できません。
●レンジ や スチーム レンジ ではスチームショットは設定できません。
●調理終了後、給水タンクを空にします。

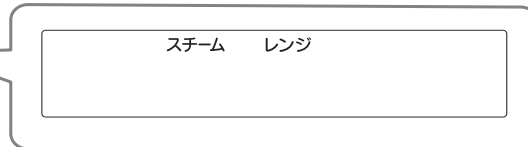
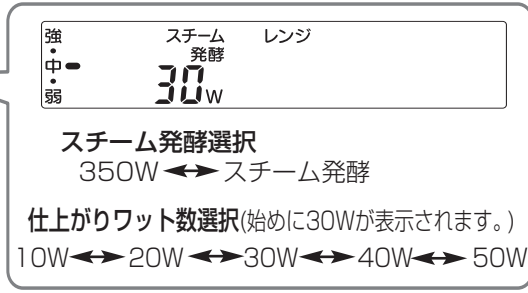
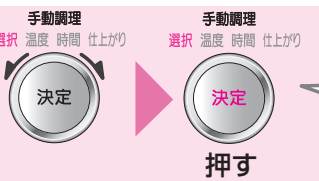
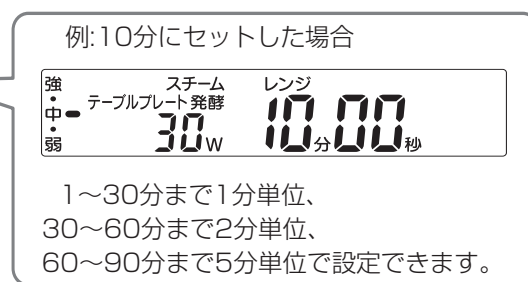
### スチームショットの入れかたのコツ

● オーブン スチーム発酵 の発酵途中に、生地の状態に合わせてスチームをふきかけます。➔P.45
● 手動調理 オーブン でスポンジケーキやシュークリームを焼いている途中で、効果的にスチームをふきかけるとふくらみがよくなります。焼き時間の½が経過する前に入れるとよいでしょう。
● 手動調理 グリル で焼き魚を焼き上げる時は、焼き時間の½が経過した時に入れるとよいでしょう。

## レンジスチーム発酵

お知らせ　ドアを開けると電源が入ります。

**準備**　食品をテーブルプレートの中央に置き、給水タンクに水を入れドアを閉める

満水

**1**　「スチーム・レンジ」を選択し、決定する

スチーム　レンジ

**2**　「スチーム発酵」を選び、決定する

強 中 弱　スチーム発酵　レンジ　30W

スチーム発酵選択
350W ◀▶ スチーム発酵

希望の仕上がりを設定する

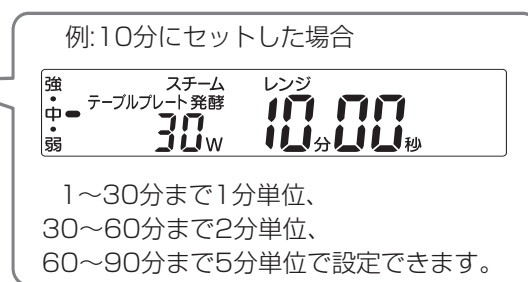
仕上がりワット数選択(始めに30Wが表示されます。)
10W ◀▶ 20W ◀▶ 30W ◀▶ 40W ◀▶ 50W

**3**　加熱時間をセットし、スタートする

オート調理 メニュー選択
あたため スタート
押す

例:10分にセットした場合

強 中 弱　スチーム テーブルプレート発酵　レンジ　30W　10分00秒

1〜30分まで1分単位、
30〜60分まで2分単位、
60〜90分まで5分単位で設定できます。

**終了音が鳴ったら食品を取り出す。**
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。
※使用後、給水タンクを空にします。

### レンジ スチーム 発酵のコツ(1)

加熱室の温度が低いとき、上ヒーターが加熱する場合があります。
ドア、キャビネット、加熱室とその他の周辺に触れない

- 黒皿を使って レンジ スチーム発酵 はできません。
  火花(スパーク)の原因となります。
- メニューによって発酵温度が違います。手動調理ダイヤルを使い分けます。(右表参照)
  レンジ スチーム発酵 は仕上がり設定で発酵温度をコントロールします。仕上がり設定値を誤って設定すると上手に仕上がりません。
- 市販の料理ブックの発酵や、お好みの料理の発酵は オーブン 予熱なし で温度設定時に45℃〜35℃( オーブン スチーム発酵 ) に合わせ様子を見ながら行ってください。

レンジ スチーム発酵 メニューと記載ページ

| キー | 仕上がり調節 | メニュー | 記載ページ |
|---|---|---|---|
| レンジ スチーム発酵 | 中「30W」 | かんたんパン | ➔P.118 |
| | | グラハムパン<br>カレーパン<br>かんたんあんパン | ➔P.119 |
| | | ピザ各種 | ➔P.86 |
| | やや弱「20W」 | ヨーグルト | ➔P.122 |
| | 弱「10W」 | カスピ海ヨーグルト | ➔P.122 |

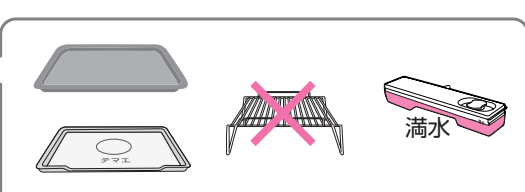


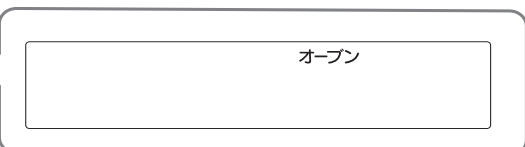


## オーブンスチーム発酵

お知らせ　ドアを開けると電源が入ります。

**準備**　食品をのせた黒皿を入れ、給水タンクに水を入れドアを閉める

満水

**1**　「オーブン」を選択し、決定する

オーブン

**2**　予熱「有・無」、「2段・1段」を選択し、それぞれ決定する

例:予熱なし・1段にセットした場合

オーブン　1段　予熱 無　160℃

**3**　温度を選択し、決定する

例:40℃にセットした場合

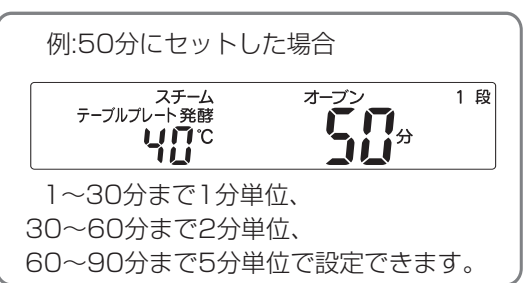
スチーム テーブルプレート発酵　オーブン　1段　40℃　0秒

■発酵温度は45・40・35℃の3段階に設定できます。

**4**　加熱時間をセットし、スタートする

例:50分にセットした場合

スチーム テーブルプレート発酵　オーブン　1段　40℃　50分

1〜30分まで1分単位、
30〜60分まで2分単位、
60〜90分まで5分単位で設定できます。

**終了音が鳴ったら食品を取り出す。**
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。
※使用後、給水タンクを空にします。

### レンジ スチーム 発酵のコツ(2)

料理集に記載してある山形パン、バターロール、ピザなどの一次発酵を レンジ スチーム発酵 で行う場合は・・・・

- こね上げた生地を耐熱性ガラスのボウルに入れてそのままテーブルプレートにのせて発酵します。(黒皿や金属製の容器は使えません。)
- かんたんパン ➔P.118 を参照し、ポリ袋を使ってこねることもできます。この場合は袋のまま、記載の発酵時間の少なめの時間を目安にして発酵させます。
- 二次発酵は黒皿を使います。 レンジ スチーム発酵 ではできません。 オーブン スチーム発酵 で行います。

レンジ スチーム発酵 仕上がり調節 中「30W」で・・

| メニュー・記載ページ | 分量 | 一次発酵時間 |
|---|---|---|
| バターロール ➔P.116 | 20個分 | 20〜30分 |
| イギリスパン(山形パン) ➔P.115 | 各1型分 | |
| フランスパン<br>バタール・エピ<br>ベーコンエピ<br>シャンピニオン<br>➔P.114,115 | 各3本分<br>6個<br>9個 | |

# 本体・付属品のお手入れ

お手入れは**すぐ**に**こまめ**にがポイントです。

## テーブルプレート

かたく絞ったぬれぶきんでふきます。

●ふきんで取れにくいよごれは、テーブルプレートを取り出し、市販のクリームクレンザー（研摩剤入り）をつけて、その部分をこすって洗い流します。

**衝撃を加えると割れる恐れがあります。**

●割れたり、ひびが入ったときは、そのまま使用せず、お買い上げの販売店にご相談ください。そのまま使用すると故障の原因になります。

## 加熱室内壁・前面ドア内側・カバー

かたく絞ったぬれぶきんでふきます。

●よごれがひどいときは、台所用中性洗剤をつけた布でふきとり、その後かたく絞ったぬれぶきんで洗剤をよくふきとります。

●カバーは強くこすらないでください。破損、割れ、カケの恐れがあります。

## ドアパッキン

蒸気が水滴となって隙間に溜まります。やわらかい布等で、拭き取ってください。

鋭利な刃物で傷つけたり、ひっぱったりすると破れることがあります。取りはずさないでください。ドアパッキンが破損したときや、はずれたときは、修理の依頼をしてください。

## 外側

**やわらかい布でふきとります。**

●よごれがひどいときは、台所用中性洗剤をつけた布でふきとり、その後必ず、かたく絞ったぬれぶきんで洗剤をよくふきとります。

## 焼網・黒皿・給水タンク

**台所用中性洗剤をつけたスポンジたわしで汚れを落として水洗いし、水気を十分にふき取ります。**

●給水タンクのパイプ内は、分解しないでください。

●給水タンクは食洗機、食器洗い乾燥機には入れないでください。給水タンクの変形、破損の原因になります。

## レッグカバー

**外して洗えます。**

給水タンクを外してから、左右前方のくぼみに指をかけて、上方に軽く持ち上げながら手前に引いて外します。

台所用中性洗剤をつけたスポンジたわしで汚れを落として水洗いし、水気を十分にふきとります。

本体を持ち上げるときは、レッグカバーを外します。

※セットするときは、カチッと音がするまで確実に奥まで押し込んでください。（確実にセットしないと水漏れやスチーム不足の原因になります。）

## ⚠注意

（さびる原因）

黒皿、焼網は、金属たわしや鋭利なものでこすらない。

（けが・破損の原因）

テーブルプレートは金属たわしや鋭利なものでこすらない。

（さび、感電、故障の原因）

キャビネットやドア、操作パネル、加熱室内に水をかけない。

（傷・変形の原因）

パネルやドア、加熱室などをオーブンクリーナー、シンナー、ベンジン、スプレーのガラスみがき、漂白剤などでふかない。

★化学ぞうきんの使用は、その注意書きに従ってください。

（火花（スパーク）が出たり、さびや悪臭の原因）

加熱室内壁に食品くずや汁をつけたままにしない。汚れが取れにくくなります。

●加熱室内は塗装コート処理がしてあります。傷つきやすいので、たわしなど固いものでこすらないでください。

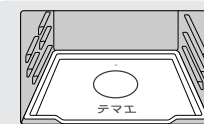
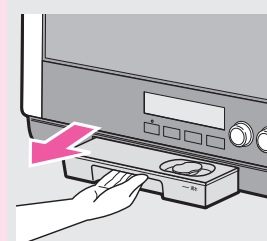
（けが・破損の原因）

テーブルプレートに衝撃を加えない。



## 水抜きのしかた

スチーム調理終了後には、パイプの水抜きを行ってください。

テーブルプレートをセットしてドアを閉める

**1** 表示部の「0」表示を確認し、給水タンクを本体から引き抜く

**2** お手入れ を1回押し、1清掃 をセットする

1清掃　2脱臭
お手入れ

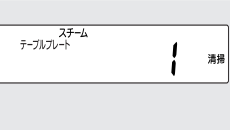
押すごとに
1 ▶ 2 ▶ 1とセットできます。

（表示：スチーム テーブルプレート 1 清掃）

**3** オート調理 メニュー選択 あたため スタート を押す

（表示：スチーム テーブルプレート 3.00 清掃）

終了音が鳴ったら水抜きが終わる

（表示：0）

加熱室内についた水滴はかたく絞ったぬれぶきんで拭きとります。

## ⚠注意

（やけど・けがの原因）

●お手入れ 1清掃 の加熱中や終了後、顔などを近づけて、ドアを開けない。

加熱終了後も、一部スチームが出ていることや、お湯がとび出すことがあります。

●お手入れ 1清掃 の中断や、終了後は加熱室奥面のスチーム噴出口にはふれない。

スチーム噴出口の近傍は熱くなっており、やけどの原因になります。加熱室が熱くなくても、スチーム噴出口やネジ部が高温になっていることがあります。

## においが気になるとき

お手入れ 2脱臭 キーを使います ……

操作の手順は ➔P.16 ❸空焼きをするを参照してください。

魚を焼いた後、別の料理をするときや、加熱室のにおいが気になるときに使います。
加熱室の油汚れをとり、においを軽減することができます。

### 脱臭のしくみ

加熱室に残った油やにおいの成分を、ヒーターの高熱で分解し加熱室外に排出します。
加熱室に残った食品カスは取れませんので、あらかじめふきとってください。

## 加熱室の清掃のしかた

スチームを発生させ、加熱室内の汚れをふきとりやすくします。

テーブルプレートをセットしてドアを閉める

**1** 表示部の「0」表示を確認し、給水タンクをセットする
（給水タンクの使いかた ➔P.17）

**2** お手入れ を1回押し、1清掃 をセットする

**3** あたため スタート を押す

終了音が鳴ったら次の手順で掃除してください

**4** 加熱室がさめてから汚れをふきとってください。

**5** 加熱室の清掃終了後には、パイプ（本体内部）の水抜きを行ってください。操作の手順は、「水抜きのしかた」を参照してください。

# 料理が上手にできないとき

**調理を上手に仕上げるために**　グラム･ポジションシステムの0点調節をしてください。 ➔P.16

## ごはんのあたため

| | |
|---|---|
| **ごはんがあたたまらない<br>仕上がりにむらがみられる** | ●プラスチック製の容器に入れて、加熱していませんか。陶器･磁器（茶わんなど）に入れて加熱してください。<br>●ごはんの分量（重量）に合った大きさ、重さの容器（茶わんなど）に入れて加熱します。<br>●2～4杯を同時にあたためるときは、同じ分量、同じ大きさの容器に入れ、テーブルプレートの中央に寄せて置き、加熱します。 |
| **ごはんが熱すぎる** | ●ごはんの分量（重量）に対して、大きすぎる容器を使っていませんか。<br>● あたため 仕上がり調節 やや弱 であたためてください。 |
| **8 スチームあたため でごはんをあたためたら、うまくあたたまらない** | ●給水タンクに満水ラインまで水を入れてから加熱します。<br>●容器（茶わんなど）に入れてラップなどのおおいをしないで加熱します。 |
| **ごはんがぱさつく** | ● 8スチームあたため を使うか、あたため 仕上がり調節 やや弱 で加熱するときは加熱前に霧を吹いてから加熱すると、しっとり仕上がります。 |
| **冷凍ごはんがあたたまらない<br>仕上がりにむらがみられる** | ●容器（平皿）にのせて加熱します。容器(平皿)を使わないでラップに包んだままの状態で加熱すると、あたたまりません。<br>●プラスチック製の容器に入れたまま加熱していませんか。加熱不足でむらのある仕上がりになります。<br>●使う容器(平皿)の大きさは、冷凍ごはんの分量(重量)に合った大きさ、重さのものを使います。<br>●ごはんを冷凍するときは、1杯分、1人分（約150gくらい）に分け、厚みは2～3cmの四角形に作ります。<br>●2個以上を同時にあたためるときは、同じ分量、同じ大きさのもので加熱します。むらの原因になります。<br>●2個以上を同時にあたためるときは、中央をあけるようにして並べ、重ねないでください。 |
| **冷凍ごはんが熱すぎる** | ●ごはんの分量(重量)に対して、大きすぎる容器を使っていませんか。<br>●とけかけていませんか。冷凍室から取り出して、すぐに加熱します。 |

## 半解凍･解凍

| | |
|---|---|
| **解凍不足でかたい** | ●半解凍（七～八分解凍）状態に仕上げます。加熱後3～5分の自然解凍をすると、きれいに解凍されます。<br>●食品(肉やさしみ等)や使用用途(解凍後すぐ調理する場合か、そのまま生で食べる場合)によってキーが違います。　同じキーを使っても食品によって「仕上がり調節」が必要なものがあります。設定を確認してください。<br>●テーブルプレートの中央にのせて加熱します。 |
| **食品が煮えた** | ●給水タンクに水を入れてから加熱しましたか。スチームが出ない状態で加熱すると加熱しすぎになることがあります。<br>●皿などの上にのせて加熱していませんか。スチロール製の発泡トレーにのせて加熱します。<br>●食品の厚みや形が不均一だと、細い部分やうすい部分が煮えやすくなります。　魚などは、尾にアルミホイルを巻きます。<br>●冷凍するときは、食品の厚みを3cm以下にそろえてください。<br>●加熱するときはラップなどの包装ははずしてください。<br>●同時に2つ以上を解凍するときは、同じ種類のもので、同じ大きさのものにしてください。 |





# 料理が上手にできないとき

## お総菜のあたため

| | |
|---|---|
| **食品をあたためても熱くならない** | ●容器を使わないで、食品だけでそのまま加熱していませんか。食品の分量（重量）に合った大きさ、重さの容器に入れて加熱します。<br>●食品が、金属容器かアルミホイルでおおわれていると加熱されません。<br>●プラスチック容器に入れて加熱していませんか。軽すぎて加熱時間が短くセットされてしまいます。<br>●テーブルプレートの中央にのせて、加熱してください。<br>●食品の種類や保存状態（常温、冷蔵）によって「仕上がり調節」を使い分けます。➔P.24 |
| **食品をあたためると熱くなりすぎる** | ●食品の分量（重量）に対して、大きい（重い）容器を使っていませんか。食品の分量（重量）に合った重さの容器を使ってください。<br>●あたためる食品の量が少なすぎませんか。100g以上にしてください。<br>●オート調理でぬるかったものを、オート調理で追加加熱をしていませんか。 レンジ 700W または レンジ 500W で様子を見ながら、追加加熱をしてください。<br>●冷めかけた食品をオート調理であたためていませんか。 レンジ 700W または レンジ 500W で様子を見ながら加熱してください。 |
| **カレーやシチューがあたたまらない** | ●とろみがあるものはラップなどでおおいをして「仕上がり調節」を やや強 か 強 に設定して加熱します。<br>●加熱後、かき混ぜます。 |
| **冷凍食品があたたまらない** | ● 7解凍あたため であたためます。➔P.23<br>●容器を使わないで、食品だけでそのまま加熱していませんか。食品の分量（重量）に合った大きさ、重さの容器に入れて加熱してください。<br>●プラスチック製の容器に入れて、加熱していませんか。軽すぎて加熱時間が短くセットされてしまいます。<br>●テーブルプレートの中央にのせて、加熱してください。 |

## 牛乳･お酒のあたため

| | |
|---|---|
| **牛乳、お酒が熱くなりすぎる** | ●牛乳･お酒の分量(重量)は少なくないですか。容器の大きさに対して半分以下の量のときは レンジ 700W であたためてください。<br>●冷めかけた牛乳をあたためていませんか。<br>●キーをまちがえていませんか。 あたため キーで加熱すると熱くなります。<br>● 1牛乳 2お酒 は「仕上がり調節」の目盛を記憶します。セットされている目盛を確認してください。 |
| **牛乳、お酒がぬるい** | ●牛乳の分量(重量)に対して、軽い容器を使っていませんか。<br>●市販のパックのままで加熱していませんか。 マグカップやコップにあけて加熱してください。<br>●セットされている「仕上がり調節」の目盛りを確認してください。<br>●テーブルプレートの中央に置いて加熱してください。 2～4杯を一度に加熱するときは、分量(重量)を同じくらいにして、テーブルプレートの中央に寄せて並べ、加熱します。 |

## 野菜

| | |
|---|---|
| 野菜がうまくゆであがらない | ●野菜はラップで包んだままの状態で、テーブルプレートの中央にのせて加熱します。<br>●ラップの重なっている部分を上にして加熱するとうまくゆであがりません。<br>●ほうれん草などの葉菜は100～500g、じゃがいもなどの根菜は100～1000gまで加熱できます。分量が多すぎたり、少なすぎるとうまくできません。 |
| ほうれん草など葉菜が乾燥したり、むらがある | ●ほうれん草などの葉菜は、洗ったあとの水気をきらない状態で、ラップで包みます。<br>●ラップで包むときは、茎と葉を交互にして重ね、しっかり包みます。ラップの包みかたがゆるかったり、広げた状態で包むと、うまくできません。 |
| ブロッコリーなどの果菜類を包むときは | ●ブロッコリーなどの果菜類は小房に分けて、ラップに重ならないようにすきまを作らないようにして並べ、ピッタリと包みます。 |
| じゃがいもやにんじんなどの根菜類が加熱しすぎになった | ●ラップの重なった方を下にしてテーブルプレートの中央に直接のせて加熱します。<br>●100g未満のオート調理はできません。 レンジ 500W で様子を見ながら加熱してください。 |
| じゃがいもが加熱不足になった | ●加熱後ラップをはずさないですぐに上下を返してしばらくおいて、蒸らします。 |

## スポンジケーキ

| | |
|---|---|
| ケーキのふくらみが悪い | ●卵はしっかりと泡立てましたか。<br>●ハンドミキサーや泡立て器の先から落ちる泡で「の」の字が書けるくらい、しっかりと泡立ててください。 ➔P.104<br>●粉を加えた後やバターを加えたあとに、混ぜ過ぎていませんか。 |
| いくら泡立てても泡立ちが悪い | ●泡立てるときのボウルや泡立て器に、水分や油がついていると泡立ちが悪くなります。　卵は新鮮なものを使ってください。 |
| きめがあらく、粉がダマになって残る | ●小麦粉はよくふるいながら入れましたか。<br>●小麦粉を加えてから、粉がなじむまでしっかり混ぜてください。 |
| ケーキがうまく焼けない | ●手動調理で焼く場合の温度と時間は、「手動調理をするときの加熱時間」 ➔P.129を参照して焼いてください。<br>●分量に合った大きさの型で焼いてください。 |

## シュークリーム

| | |
|---|---|
| ふくらみが悪い | ●分量は正しく計りましたか。<br>●シュークリームの作りかた ➔P.110 を参照し、作りかた ❷のバターと水の加熱のとき、充分に沸とうさせてください。<br>●給水タンクに水を入れてから加熱してください。 |
| 大きさにむらがある | ●生地を同じ大きさに絞り出しましたか。量が異なると焼き上がったときにむらになります。 |

## クッキー・バターロール

| | |
|---|---|
| 焼き色にむらがある(クッキー) | ●生地の大きさや厚みはそろえてください。 |
| ふくらみが悪い(バターロール) | ●生地の発酵は充分でしたか。発酵途中で生地の表面が乾いているときはスチームショットで水分を補ってください。<br>●成形するとき生地をいじめていませんか。生地はていねいに扱ってください。 |
| 焼き色にむらがある(バターロール) | ●生地の大きさが異なると焼いたときにむらになります。 |

※トーストは時間がかかります。焼きもち、丸身の魚は焼けません。





# お困りのときは

| 現　象 | 原　因 |
|---|---|
| 加熱しない、または電源が入らない | ●差込プラグが抜けていませんか。<br>●配電盤のヒューズ、またはブレーカーが切れていませんか。<br>●表示部に「0」が表示されていますか。表示がない場合ドアを開閉してください。「0」表示します。(待機時消費電力オフ機能がはたらいています。) ➔P.2<br>●ドアはきちんと閉まっていますか。<br>●ドアを開け閉めしなおしても正常になりませんか。<br>●専用ブレーカーを切り入れなおしてドアを開閉しても正常になりませんか。 |
| 料理のできぐあいが悪い | ●調理の手順、ラップのかけかた、食品の量、付属品、容器の使いかたなどは正しいですか。（クッキングガイドで、もう一度確認してください。）<br>●オート調理のとき、以上の内容を確認しても料理が加熱不足や加熱しすぎになる場合、グラム·ポジションシステムの０点調節をしてください。 ➔P.16<br>●ケーキやクッキーをくり返して調理する場合、黒皿をさましてからご使用ください。こげすぎることがあります。 |
| レンジのとき火花(スパーク)が出る | ●黒皿を誤って使用していませんか。<br>●焼網にアルミホイルを敷いていませんか。<br>●加熱室壁などに金属製の調理道具やアルミホイルが触れていませんか。<br>●テーブルプレートなどに食品カスがついていませんか。 |
| スチームが出ない | ●給水タンクに水が入っていますか。<br>●室温が低くありませんか。給水経路が凍結している可能性があります。<br>●カルシウムの多い水を使い続けるとスチームボイラーにカルキが溜まりスチームが出なくなる場合があります。お買い上げの販売店に修理を依頼してください。 |

# 次の場合は故障ではありません

| | |
|---|---|
| スチーム使用中音がする | 給水タンクから水を吸込むときに空気をかむ音です。 |
| 加熱中「カチ、カチ･･･」と音がする | マイコンがレンジやヒーターなどの切り替えをするときのスイッチ音です。 |
| 加熱中「ジージー」と音がする | インバーターの作動音です。 |
| 調理終了後、しばらくすると「カチ」と音がする | 調理終了後にドアを閉めてから10分過ぎたときにはたらく待機電力をオフするスイッチの音です。 |
| 終了音の音色が切り替わったり、無音になった | ドアを開閉して表示部に「0」を表示させてから スチームショット を3秒間押すごとにメロディ音→ブザー音→無音メロディ音に切り替えることができます。 |
| 蒸気が漏れる | メニューによっては多量の蒸気を発生させるため、調理中にドアの周囲などからわずかに蒸気が出ることがあります。性能上の影響はありません。 |

# 次の場合は故障ではありません(つづき)

| 現　象 | 原　因 |
|---|---|
| 調理が終了してもファンの風切り音がする | とりけしキーを押した時や調理終了後、電気部品を冷却するためファンが回転する場合があります。 |
| オーブン、グリル加熱のとき「ボコッ」と音がする | 高温のため、加熱室が膨張する音がすることがありますが故障ではありません。 |
| レンジ加熱のとき「パチン」と音がする | ドアと加熱室の接触面に付着していた水滴がはじける音です。 |
| 差込プラグを差し込むとき「カチッ」と音がしたり、火花(スパーク)が出る | 電源回路に充電するためで故障ではありません。 |
| はじめてオーブンを使ったとき煙がでた | 加熱室は防錆のため油を塗っています。はじめてお使いのときは、空焼きをして油をとってください。 ➔P.16 |
| あたため キーを押してもスタートしない | 待機時消費電力オフ機能が働いています。ドアを開閉しなおして表示部に「0」表示させてから あたため キーを押してください。 ➔ P.2 |
| セットした温度が途中で変わることがある。 | オーブン（予熱あり）のとき、300℃の運転時間は約5分です。その後は自動的に250℃になります。 |
| 300℃に設定できないことがある | 加熱室が熱い場合、および予熱なしの場合の最大設定温度は250℃になります。 |
| 残り時間が途中で変わることがある | オート調理のとき、料理を上手に仕上げるため加熱途中で残りの加熱時間が変わることがあります。 |
| キーを押しても受け付けない | 待機時消費電力オフ機能が働いています。ドアを開閉しなおして表示窓に「0」表示させてからご使用ください。➔P.2 |
| 熱風ヒーターが赤熱したり、しなかったりする | 加熱室の温度を一定にするため熱風ヒーターの通電を断続します。 |
| 市販の料理ブックのオーブンメニューや市販の生地を使うと上手にできないことがある | この料理集の類似したメニューの温度と時間を参考にして、手動調理で様子を見ながら焼いてください。➔P.129 |
| 加熱中、表示部やドアがくもったり、水滴が落ちる | メニューによって食品から出た水分が水蒸気となり、表示窓やドアの内側がくもることがあります。ドアの内側などに露がつき、床に落ちたときは、ふきんで拭きとってください。 |
| 自動での調理のとき、料理が加熱不足や加熱しすぎになる | グラム・ポジションシステムの0点調節をしてください。➔P.16 |
| ドアを開けると加熱が取り消される | オート調理では残りの加熱時間を表示していないときにドアを開けると、加熱が取り消されます。 |
| 加熱室内に水滴が付着する | スチーム調理やメニューによって食品から出た水蒸気が内壁に水滴として付着します。水滴はこまめにふきとってください。 ➔P.46 |

| 現　象 | 原　因 |
|---|---|
| 予熱設定温度が表示される前に予熱が終了した | 電源電圧や室温等の影響で設定温度まで表示される前に予熱が終了することがあります。 |
| 庫内灯の明るさが変わるときがある | 断続運転のとき庫内灯の明るさが変わることがあります。<br>故障ではありません。 |
| 食品がまったくあたたまらない | 表示部に「M」が表示されていませんか<br>店頭用の「モード」に設定されています。<br>3秒以上とりけしキーを押すと、表示管のM表示が消え加熱できます。 |
| 予熱途中で加熱室温度の表示が10～20℃上下する。また断続音がする | 加熱室温度が安定するまで温度表示が変わります。故障ではありません。<br>また予熱中は熱風ヒーターが断続運転するため断続音がすることがありますが故障ではありません。 |
| 表示部に「給水」表示が出てスチームメニューの食品の仕上がりが悪い | 給水タンクに水が入っていないためです。水を補給してください。<br>補給してもオートメニューでは「給水」表示が消えない場合があります。 |

## 表示部に次の表示が出たとき

| 表示例 | 原因・調べるところ | 直しかた |
|---|---|---|
| C 00 | ●グラム・ポジションシステムの0点調節の方法が間違っています。 | テーブルプレートだけをのせてドアを閉めて、とりけしキーを押します。数秒後、0表示で0点調節が完了します。 ➔P.16 |
| C 01 | ●グラム・ポジションシステムの調節中にドアを開けました。 | ドアを閉めて、とりけしキーを押します。数秒後、0表示で0点調節が完了します。 |
| C 02 | ●テーブルプレートがセットされていません。 | テーブルプレートをセットして0点調節をおこないます。➔P.16 |
| C 03 | ● 3半解凍 4解凍 の食品の分量が多すぎます。 | 解凍する食品の分量を100～1,000gにします。➔P.25 |
| C 07 | ●少量の食品を レンジ 700W で10分以上加熱しました。 | レンジ 700W の食品100g当たり加熱時間を目安にします。➔P.35 |
| 給水 | ●給水タンクの水がありません。 | 給水タンクに水を補給してください。➔P.17 |
| H 21 | ●H表示 | 差込プラグを抜いて。差し込みなおしてください。 |

正常にならない場合は、差込プラグを抜き、お買い上げの販売店に修理を依頼してください。